సాక్షి ఖమ్మం

శనివారం ¦ 19 ¦ ఏప్రిల్ ¦ 2025



నిప్పరవ్వ.. కార్చిచ్చు కాకుండా

అగ్నిప్రమాదాల నివారణ, తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై ప్రజలకు అగ్నిమాపక శాఖ ఉద్యోగులు అవగాహన కల్పిస్తున్నారు. IIలో



వక్ఫ్ చట్ట సవరణపై నిరసన

వక్ఫ్ చట్టాన్ని సవరించడంపై జిల్లా వ్యాప్తంగా ముస్లింలు నల్లబ్యాడ్జీలు ధరించి నిరసన ప్రదర్శనలు నిర్వహించారు. IIIలో

గరిష్టం / కనిష్టం
42° / 27°

వాతావరణం

జిల్లాలో శనివారం ఎండ తీవ్రంగా ఉండే అవకాశముంది. ఉదయం నుంచే ఎండ మొదలై మధ్యాహ్నానికి గరిష్టస్థాయికి చేరుతుంది.

న్యూస్‌రీల్

10,629 మె.టన్నుల ధాన్యం కొనుగోలు



ధాన్యం తరలింపును పరిశీలిస్తున్న డీఎస్‌ఓ

కూసుమంచి/తిరుమలాయపాలెం: జిల్లాలో ఏర్పాటుచేసిన కేంద్రాల ద్వారా ఇప్పటివరకు 10,629 మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యాన్ని కొనుగోలు చేశామని డీఎస్‌ఓ చందన్‌కుమార్ తెలిపారు. కూసుమంచి మండలం పాలేరు, తిరుమలాయపాలెం మండలంలోని బీరోలులో కొనుగోలు కేంద్రాలు, జుజుల్‌రావుపేట వద్ద కాంటా వేసిన ధాన్యాన్ని ఆయన శుక్రవారం పరిశీలించి మాట్లాడారు. ధాన్యం కొనుగోళ్లు ముమ్మరం చేయడమే కాక రైతులకు ఇబ్బంది ఎదురు కాకుండా ఎప్పటికప్పుడు కాంటా వేయించి మిల్లులకు తరలిస్తున్నామని తెలిపారు. కొనుగోలు చేసిన ధాన్యంలో 8,646.520మెట్రిక్ టన్నులు సన్నధాన్యం, 1,982.240మెట్రిక్ టన్నులు సాధారణ రకాలు ఉన్నాయని చెప్పారు. సన్నధాన్యం అమ్మిన రైతుల్లో ఇప్పటి వరకు 115 మందికి రూ.54.32 లక్షల బోనస్ జమ అయిందని తెలిపారు.

నేడు అవగాహన సదస్సు

ఖమ్మం సహకారనగర్: గ్రామ పాలన ఆఫీసర్లు (జీపీఓ)గా విధులు నిర్వర్తించేందుకు ఆప్షన్ ఇచ్చిన వీఆర్వో, వీఆర్‌ఏలకు ఆదివారం అవగాహన సదస్సు నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలంగాణ గ్రామ రెవెన్యూ అధికారుల సంక్షేమ సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు గరికె ఉపేందర్‌రావు తెలిపారు. ఖమ్మం డీపీఆర్‌సీ భవనంలో ఉదయం 10గంటలకు ఉమ్మడి జిల్లా స్థాయి సదస్సు ప్రారంభమవుతుందని పేర్కొన్నారు. గ్రామ పాలన ఆఫీసర్లుగా విధులు, బాధ్యతలపై అవగాహన కల్పించనున్నందున అందరూ హాజరుకావాలని సూచించారు.

రిటైనింగ్ వాల్ భూముల్లో ట్రెంచ్



బుర్హాన్‌పురం వద్ద ట్రెంచ్ కొట్టిస్తున్న ఉద్యోగులు

ఖమ్మంఅర్బన్: మున్నేటికి ఇరువైపులా నిర్మించే రిటైనింగ్ వాల్ సంబంధించి భూసేకరణ చివరిదశకు చేరడంతో హద్దుల ప్రకారం కందకం తవ్వే పనులు శుక్రవారం మొదలుపెట్టారు. ప్రైవేట్ భూముల యజమానుల అంగీకారం మేరకు బుర్హాన్‌పురం, రామకృష్ణ ఆశ్రమ పరిసరాల్లో జలవనరులశాఖ ఆధ్వర్యాన ట్రెంచ్ పనులు సాగించారు. అయితే, ఆటోనగర్ ప్రాంతానికి చెందిన కొందరు ప్లాట్ల యజమానులు అక్కడకు చేరుకుని తమకు న్యాయం చేసేవరకు పనులు మొదలు పెట్టవద్దని అడ్డుకునే ప్రయత్నం చేశారు. ఈ సమాచారంతో పోలీసు బందోబస్తు ఏర్పాటుచేయగా తవ్వకం పనులు సాగించారు.

వర్షం వస్తుంది.. జాగ్రత్త!

- రైతులను అప్రమత్తం చేసేలా సూచనలు
- అందుబాటులోకి 'వెదర్ యాప్'



ఖమ్మం సహకారనగర్: గత వారం, పది రోజులుగా ఏ రోజు ఎక్కడ గాలిదుమారం వస్తుందో, వర్షం కురుస్తుందో చెప్పలేని పరిస్థితి ఎదురవుతున్నాయి. దీంతో కల్లాల్లో ధాన్యం ఆరబోసిన రైతులు ఇబ్బంది పడుతున్నారు. కొన్నిచోట్ల ధాన్యం తడిసి నష్టం ఎదురవుతోంది. అధికారులు సైతం వర్షసూచనలను రైతులకు చేరవేసే పరిస్థితి లేవు. ఇలాంటి వాటికి చెక్ పెట్టేలా రాష్ట్ర పౌరసరఫరాల శాఖ యాప్‌ను అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చింది. ఏ జిల్లాలో, ఏ ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రం ప్రాంతాన వర్షం కురుస్తుందనే సమాచారాన్ని తెలుసుకునేలా రూపొందించిన వెదర్ యాప్ శుక్రవారం అందుబాటులోకి వచ్చిందని జిల్లా పౌరసరఫరాల శాఖాధికారి(డీఎస్‌ఓ) చందన్‌కుమార్ తెలిపారు. నిర్వాహకులకు సమాచారం పౌర సరఫరాల శాఖ కమిషనర్ ఆదేశాల మేరకు అధికారులు ప్రతిరోజు ఏ ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రం సమీపాన వర్షం కురిసే అవకాశముందో యాప్ ద్వారా గుర్తిస్తారు. ఈమేరకు సమాచారాన్ని జిల్లా పౌరసరఫరాల శాఖాధికారికి ఇస్తారు. దీంతో కొనుగోలు కేంద్రాల నిర్వాహకులు ధాన్యం తడవకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకునేలా అప్రమత్తం చేయనున్నారు. జిల్లాలో 345 కేంద్రాల ద్వారా ధాన్యం కొనుగోళ్లు జరుగుతుండగా, ఎప్పటికప్పుడు అందే సమాచారంతో వీటి పరిధిలోని రైతులకు లబ్ధి జరుగుతుందని డీఎస్‌ఓ చందన్‌కుమార్ తెలిపారు.

12 రోజులు.. 51 వేల దరఖాస్తులు



రాయితీతో ఎల్‌ఆర్‌ఎస్ ఫీజు చెల్లించడానికి విధించిన గడువు ముంచుకొస్తోంది.. కానీ సాంకేతిక సమస్యలు దరఖాస్తుదారులను వేధిస్తున్నాయి. ఎల్‌ఆర్‌ఎస్ ఫీజులో ప్రకటించిన 25శాతం రాయితీ 30వ తేదీ వరకు అమలవుతుంది. ఈక్రమాన ఇబ్బందులకు గురిచేసిన ఐజీఆర్‌ఎస్(ఇంటిగ్రేటెడ్ గ్రీవెన్స్ రీడ్రస్సెల్ సిస్టం) సమస్యకు పరిష్కారం చూపినా.. నిషేధిత జాబితాలో ఉన్న భూములపై స్పష్టత ఇవ్వడం లేదు. దీంతో మిగిలిన 12రోజుల్లో 51,641 మంది ఫీజు కట్టగలరా అన్న సందేహాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

– సాక్షిప్రతినిధి, ఖమ్మం

ఎల్‌ఆర్‌ఎస్ ఫీజు చెల్లింపునకు అడ్డంకులు

- ప్రొహిబిటెడ్ భూములపై ఎటూ తేల్చని ప్రభుత్వం
- జిల్లాలో ముందుకు సాగని ప్రక్రియ
- ఐజీఆర్‌ఎస్ సమస్యకు మాత్రం పరిష్కారం

ఒకటి పరిష్కరించినా..

ఎల్‌ఆర్‌ఎస్ కింద 2020 ఆగస్టు 26కు ముందు రూ.వెయ్యి కట్టి దరఖాస్తు చేసుకున్న వారికి ప్రభుత్వం ఫీజులో రాయితీ కల్పించింది. ఈనెల 30వ తేదీ వరకు చెల్లిస్తే 25శాతం రాయితీ అమలుకానుండగా.. ఆది నుంచి ఈ పథకం నత్తనడకనే కొనసాగుతోంది. ప్రభుత్వ ప్రకటనతో ఉత్సాహంతో కార్యాలయాలకు వచ్చేవారికి తొలినాళ్లలో ఐజీఆర్‌ఎస్(ఇంటిగ్రేటెడ్ గ్రీవెన్స్ రీడ్రస్సెల్ సిస్టం) సమస్య ఇబ్బంది పెట్టింది. అయితే, ఈ సమస్యను సరిదిద్దేలా మున్సిపల్ టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులకే ఆప్షన్ ఇచ్చారు. ఇక దరఖాస్తు చేసుకున్న పలువురి ప్లాట్లు నిషేధిత జాబితాలో ఉండడం.. ఫీజు చెల్లింపునకు 12 రోజులే గడువు ఉండడంతో మున్సిపాలిటీలు, కార్పొరేషన్ కార్యాలయాల చుట్టూ తిరుగుతున్నారు.

ప్రొహిబిటెడ్ అవస్థలు

ఎల్‌ఆర్‌ఎస్ దరఖాస్తుదారులకు నిషేధిత జాబితా సమస్యగా పరిణమించింది. ప్రభుత్వ, ఇరిగేషన్ స్థలాలకు సంబంధించి సర్వే నంబర్లలో ఉన్న దరఖాస్తులను ఈ జాబితాలో చేర్చగా.. సమీప పట్టా భూములు కొన్నింటిని సైతం అదే జాబితాలో పెట్టారు. గతంలో నాగార్జునసాగర్ కెనాల్ కోసం జిల్లాలో భూసేకరణ జరిగింది. ఓ రైతుకు చెందిన పది ఎకరాల్లో ఒక ఎకరం సేకరిస్తే మిగిలిన భూమి సైతం ప్రభుత్వ భూమిగా నమోదైంది. దీంతో రిజిస్ట్రేషన్ శాఖ ఈ భూములను నిషేధిత జాబితాలో చేర్చడం ప్రస్తుత సమస్యకు కారణమవుతోంది.

6వేలకు పైగానే దరఖాస్తులు

ధరణి పోర్టల్ వచ్చినప్పటికీ నుంచి ప్రొహిబిటెడ్ సమస్య వేధిస్తోంది. గతంలో ఈ సమస్యపై కలెక్టర్లు దృష్టి సారించినా పూర్తిస్థాయిలో పరిష్కారం కాలేదు. ప్రస్తుతం ఎల్‌ఆర్‌ఎస్ దరఖాస్తుదారులు ఇదే కారణంగా ఆందోళన చెందుతున్నారు. ఖమ్మం కార్పొరేషన్, సత్తుపల్లి, మధిర, వైరా, ఏదులాపురం మున్సిపాలిటీల్లో 5,685 దరఖాస్తులు, సుడా పరిధిలో 682దరఖాస్తులు ఈ జాబితాలో ఉన్నాయి. రెవెన్యూ, ఇరిగేషన్, టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించి నిషేధిత జాబితాలో ఉందా, లేదా అన్నది తేల్చాల్సి ఉండగా.. ఇది జరగడానికి ఎన్నాళ్లు పడుతుంది, ఆలోగా రాయితీ గడువు ముగిస్తే పరిస్థితి ఏమిటన్నది తెలియరావడం లేదు.

ఖమ్మం కార్పొరేషన్, మున్సిపాలిటీలు, సుడా పరిధిలో ఎల్‌ఆర్‌ఎస్ దరఖాస్తుల వివరాలు

పేరు	దరఖాస్తులు	పెండింగ్	ప్రొహిబిటెడ్
ఖమ్మం కార్పొరేషన్	40,178	8,639	5,216
వైరా మున్సిపాలిటీ	3,531	158	-
మధిర	4,290	444	139
ఏదులాపురం	13,536	4,449	259
సత్తుపల్లి	3,690	118	71
సుడా	20,927	4,931	682
మొత్తం	86,152	19,739	6,367

66,637 మందికి సమాచారం..

ఎల్‌ఆర్‌ఎస్ స్కీమ్ కింద ఫీజు చెల్లించాలని 66,637 మందికి సమాచారం అందించారు. ఇందులో చాలామంది ముందుకొస్తున్నా రకరకాల కారణాలతో 14,996 మందే ఫీజు చెల్లించారు. ఇంకా 51,641 మంది 12రోజుల్లో ఫీజు చెల్లించడం కష్టమేనని తెలుస్తోంది. ఓ వైపు కొందరు దరఖాస్తుదారుల నిర్లిప్తత, మరోవైపు సాంకేతిక సమస్యలతో ప్రక్రియకు ఆటంకాలు ఏర్పడుతున్నాయి. ఇక నిషేధిత జాబితాలో 6వేలకు పైగా దరఖాస్తుదారుల భూమి ఉండడంతో ప్రభుత్వమే పరిష్కారంమార్గం చూపాలని వారు కోరుతున్నారు.

మూడు, రెండేసి బిన్లతో చెత్త డబ్బాలు

ఎంపిక చేసిన ప్రాంతాల్లో ఏర్పాటు



త్రీబిన్ సెట్‌ను పరిశీలిస్తున్న అసిస్టెంట్ కమిషనర్

ఖమ్మంమయూరిసెంటర్: ఖమ్మం మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ పరిధిలో పారిశుద్ధ్య నిర్వహణను మరింత మెరుగుపర్చడంపై అధికారులు దృష్టి సారించారు. వాణిజ్య, నివాస ప్రాంతాల్లో రోజువారీ చెత్త సేకరణ జరుగుతున్నా కొందరు మాత్రం వ్యర్థాలను రోడ్ల వెంట, ఖాళీ స్థలాల్లో వేస్తున్నారు. దీన్ని అరికట్టేలా చెత్త డబ్బాల ఏర్పాటుకు నిర్ణయించారు. కమర్షియల్ ప్రాంతాల్లో మూడు, రెసిడెన్షియల్ ప్రాంతాల్లో రెండు బిన్లతో కూడిన డబ్బాలు ఏర్పాటుచేయనుండగా, ఇప్పటికే నగరానికి చేరుకున్నాయి. వీటి ఏర్పాటుకు పలు ప్రాంతాలను ఇప్పటికే గుర్తించారు.

120 ప్రాంతాల్లో ఏర్పాటు

రోడ్ల వెంట, ఖాళీ స్థలాల్లో ఎక్కువగా చెత్త వేస్తున్న ప్రాంతాలను అధికారులు గుర్తించగా.. 120 ప్రాంతాల్లో డబ్బాలు ఏర్పాటు చేయనున్నారు. అరవై ప్రాంతాల్లో మూడు, 60 ప్రాంతాల్లో రెండు బిన్లతో కూడిన ఏర్పాటుచేస్తారు. కమర్షియల్ ప్రాంతాల్లో తడి, పొడి చెత్తతో పాటు హానికరమైన వ్యర్థాలు ఏర్పాటుచేసేందుకు మూడు బిన్లతో కూడిన డబ్బాలు, రెసిడెన్షియల్ ప్రాంతాల్లో తడి, పొడి చెత్త సేకరణకు రెండు బిన్లతో కూడిన డబ్బాలు ఉంటాయి. ఈమేరకు నగరానికి చేరిన డబ్బాలను కేఎంసీ అసిస్టెంట్ కమిషనర్ అహ్మద్ షఫీ ఉల్లా శుక్రవారం పరిశీలించి సిబ్బందికి సూచనలు చేశారు. తొలుత 40 ప్రాంతాల్లో, దశలవారీగా మిగిలిన 80 ప్రాంతాల్లో వీటిని ఏర్పాటుచేయనుండగా, ఇందులోనే చెత్త వేసేలా ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని తెలిపారు.

భక్తిశ్రద్ధలతో గుడ్‌ఫ్రైడే..



IIIలో

రామయ్యకు సువర్ణ తులసీ అర్చన

భద్రాచలంటౌన్: భద్రాచలంలోని శ్రీసీతారామ చంద్రస్వామి దేవస్థానంలో శుక్రవారం సువర్ణ తులసీ అర్చన నిర్వహించారు. తెల్లవారుజామున గర్భగుడిలో స్వామివారికి సుప్రభాత సేవ, సేవాకాలం, ఆరాధన తదితర పూజలు చేశారు. అనంతరం స్వామివారిని బేడా మండపంలో కొలువుదీర్చి విశ్వక్సేన పూజ, పుణ్యాహవాచనం జరిపించారు. అనంతరం స్వామివారికి కంకణధారణ, యజ్ఞోపవీతధారణ, అమ్మవారికి కంకణధారణ, యోక్త్రధారణ గావించి నిత్య కల్యాణ వేడుకను అర్చకులు శాస్త్రోక్తంగా నిర్వహించారు. నిత్య కల్యాణంలో భక్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని స్వామిని దర్శించుకుని తీర్థ ప్రసాదాలు స్వీకరించారు.

రేపటి నుంచి ఓపెన్ స్కూల్ పరీక్షలు

- 1,553 మంది అభ్యర్థులు.. 8 కేంద్రాలు
- గంట ముందే కేంద్రాల్లోకి అనుమతి

ఖమ్మం సహకారనగర్: ఓపెన్ స్కూల్ సొసైటీ ద్వారా పదో తరగతి, ఇంటర్మీడియట్ పరీక్షలు ఈనెల 20నుంచి ప్రారంభం కానున్నాయి. ఇందుకు సంబంధించి అధికార యంత్రాంగం ఏర్పాట్లు పూర్తి చేసింది. జిల్లాలో ఎనిమిది కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయగా 1,553 మంది అభ్యర్థులు పరీక్షలకు హాజరుకానున్నారు. ఇందులో పదో తరగతి విద్యార్థులు 655మంది, ఇంటర్ అభ్యర్థులు 898మంది ఉన్నారు. ఈనెల 20నుంచి 26వ తేదీ వరకు ఉదయం, సాయంత్రం పరీక్షలు జరగనుండగా, ఉదయం 9నుంచి 12గంటల వరకు, మధ్యాహ్నం 2–30నుంచి 5–30గంటల వరకు జరిగే పరీక్షలకు గంట ముందు నుంచే కేంద్రాల్లోకి అభ్యర్థులను అనుమతిస్తారు.

ఉద్యోగుల నియామకం

పదో తరగతి, ఇంటర్ పరీక్షలకు సంబంధించి ఎనిమిది కేంద్రాల్లో ఎనిమిది మంది చొప్పున, చీఫ్ సూపరింటెండెంట్లు, డిపార్ట్‌మెంటల్ ఆఫీసర్లను నియమించారు. అలాగే, వేసవి నేపథ్యాన కేంద్రాల్లో తాగునీరు, ఫ్యాన్లు వంటి వసతులు కల్పిస్తున్నారు. కేంద్రాల్లోకి ఎలాంటి ఎలక్ట్రానిక్ వస్తువులను అనుమతించేది లేదని జిల్లా విద్యాశాఖాధికారి ఈ.సోమశేఖర శర్మ, ఓపెన్ స్కూల్ ఉమ్మడి జిల్లా కోఆర్డినేటర్ మద్దినేని పాపారావు తెలిపారు. కేంద్రాల సమీపాన జిరాక్స్ సెంటర్లను మూసివేయాలని సూచించారు.

పరీక్షా కేంద్రాలివే...

పదో తరగతి పరీక్షల నిర్వహణకు ఖమ్మంలోని గాంధీనగర్ ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలతో పాటు మామిళ్లగూడెం, రాజేంద్రనగర్, నయాబజార్ ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలల్లో కేంద్రాలు ఏర్పాటుచేశారు. అలాగే, ఇంటర్‌మీడియట్ పరీక్షల కోసం ఖమ్మం రిక్కాబజార్, శాంతినగర్, ఎన్నెస్పీ కాలనీలోని ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలలతో పాటు బాలికోన్నత పాఠశాలలో కేంద్రాలు ఏర్పాటుచేసినట్లు అధికారులు తెలిపారు.

డెయిరీలో పారదర్శకతే కీలకం



అధికారులతో సమీక్షిస్తున్న డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్క

- ఇందిరా డెయిరీ పర్యవేక్షణ బాధ్యత అదనపు కలెక్టర్‌కు...
- ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క

మధిర: మధిర నియోజకవర్గంలో ఏర్పాటుచేస్తున్న ఇందిరా కోఆపరేటివ్ డెయిరీని ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకున్నందున.. లబ్ధిదారులకు గేదెల కొనుగోలు ప్రక్రియను పారదర్శకంగా పూర్తిచేయాలని డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్క ఆదేశించారు. హైదరాబాద్‌లోని సచివాలయంలో శుక్రవారం ఆయన ఇందిరా డెయిరీ, చెరువులు, పర్యాటక రంగ అభివృద్ధి పనులతో అధికారులతో సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా భట్టి మాట్లాడుతూ ఇందిరా డెయిరీలో గేదెల కొనుగోలు కీలకమైనందున, అదనపు కలెక్టర్, డీఆర్‌డీఓ పర్యవేక్షణలో పూర్తిచేయాలని తెలిపారు. గేదెలు ఎక్కడ, ఏవి కొనుగోలు చేయాలనేది లబ్ధిదారులకు ఇష్టం మేరకు చేపట్టాలని, ఏ చిన్న పొరపాటు జరిగినా అధికారులు బాధ్యత వహించాల్సి వస్తుందన్నారు. కాగా, 20వేల మంది వాటాదారులు, 40వేల గేదెలతో డెయిరీ ప్రారంభిస్తున్న నేపథ్యంలో గడ్డి పెంపకం, స్థలాల గుర్తింపు, గేదెల బీమా, పాల సేకరణ, మార్కెటింగ్‌పై లబ్ధిదారులకు అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. ఇందుకోసం ముల్కనూరు, విజయ డెయిరీల సందర్శనకు దశలవారీగా తీసుకువెళ్లాలని భట్టి ఆదేశించారు. అలాగే, డెయిరీ కార్యాలయాన్ని ఏర్పాటుచేసి ఉద్యోగులను కేటాయించాలని సూచించారు. కాగా, గేదెలకు ఆరోగ్య పరీక్షలు, చికిత్స కోసంప్రతీ మండలానికి రెండు పశువైద్య అంబులెన్సులు అందుబాటులోకి తీసుకురానున్నట్లు డిప్యూటీ సీఎం తెలిపారు.

చెరువులు, పర్యాటక అభివృద్ధికి కార్యాచరణ

మధిర, జమలాపురం చెరువులను పర్యాటకంగా అభివృద్ధి చేసేందుకు అనుమతులు వచ్చినందున వెంటనే టెండర్లు పిలిచి పనులు ప్రారంభించాలని డిప్యూటీ సీఎం నీటిపారుదల, పర్యాటక శాఖ అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ చెరువుల పరిధిలో నిర్మించే కాటేజీలు, మినీ హట్స్‌తో పాటు బోట్ల డిజైన్లను ఆయన సీఎం పరిశీలించారు. అలాగే, మాటూరు, బయ్యారం, కలకోట, చిరుమర్రి, ముత్తారం, చింతకాని చెరువుల అభివృద్ధిపై కూడా సూచనలు చేశారు. సమావేశంలో డీఆర్‌డీఓ సన్యాసయ్య, సెర్ప్ ఉద్యోగి సరిత, జలవనరుల శాఖ చీఫ్ ఇంజనీర్ రమేష్‌బాబు, ఈఈ రామకృష్ణ, సెర్ప్ డైరెక్టర్ రంజిత తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రణాళికాయుతంగా ఖమ్మం అభివృద్ధి

రాష్ట్ర మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు



మాట్లాడుతున్న మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు

ఖమ్మంవన్‌టౌన్: ఖమ్మం నగరంతో పాటు నియోజకవర్గాన్ని ప్రణాళికాయుతంగా అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి చేయనున్నట్లు రాష్ట్ర మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు వెల్లడించారు. ఖమ్మం 16వ డివిజన్‌లో లోటస్ హిల్స్‌లో రూ.కోటి వ్యయంతో నిర్మించనున్న సీసీ రోడ్ల పనులకు కేఎంసీ కమిషనర్ అభిషేక్ అగస్త్యతో కలిసి శుక్రవారం ఆయన శంకుస్థాపన చేసి మాట్లాడారు. నగర అభివృద్ధిని క్రమపద్ధతిలో చేయాలని, ఇందుకోసం అన్ని శాఖలు సమన్వయంతో వ్యవహరించాలని సూచించారు. నీరు పారే మార్గాల్లో అక్రమ నిర్మాణాలు, ప్రార్థనా మందిరాలు నిర్మాణం జరగకుండా ప్రారంభంలోనే అడ్డుకోవాలని తెలిపారు. ఆక్రమణల్లో పేదలు ఉంటే వారికి ఇంటి స్థలం, ఇళ్లు, ప్రభుత్వ పథకాల కింద సాయం అందించాలని సూచించారు. మేయర్ పునుకొల్లు నీరజ, ఖమ్మం మార్కెట్ చైర్మన్ హన్మంతరావు, ఆర్డీఓ నర్సింహారావు, పబ్లిక్ హెల్త్ ఈఈ రంజిత్, తహసీల్దార్ రవికుమార్, కార్పొరేటర్లు మేడారపు వెంకటేశ్వర్లు, కమర్తపు మురళి, రాపర్తి శరత్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. అనంతరం 39వ డివిజన్‌లో జై బాపు, జై భీమ్, జై సంవిధాన్ యాత్రను మంత్రి తుమ్మల ప్రారంభించారు.

'భూ భారతి'తో భూసమస్యల పరిష్కారం

- బాధితులు దరఖాస్తు చేసుకోవాలి
- రెవెన్యూ సదస్సుల్లో ఇన్‌చార్జ్ కలెక్టర్ శ్రీజ



అధికారులకు సూచనలు ఇస్తున్న ఇన్‌చార్జ్ కలెక్టర్ శ్రీజ

నేలకొండపల్లి: భూ సమస్యల శాశ్వత పరిష్కారానికే ప్రభుత్వం భూ భారతి చట్టాన్ని తీసుకొచ్చిందని ఇన్‌చార్జ్ కలెక్టర్ డాక్టర్ పి.శ్రీజ వెల్లడించారు. నేలకొండపల్లి మండలం చెరువుమాధారం, కొత్తకొత్తూరు, సధాశివాపురం గ్రామాల్లో శుక్రవారం రెవెన్యూ గ్రామ సభలు నిర్వహించగా ఆమె పరిశీలించారు. దరఖాస్తు విధానం, రిజిస్టర్‌లో నమోదు, ఇతర వివరాలను హెల్ప్ డెస్క్‌ల వద్ద పరిశీలించి ఉద్యోగులకు సూచనలు చేశారు. అనంతరం ఇన్‌చార్జ్ కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ రైతులు గ్రామ సభలను హాజరై భూసమస్యలపై దరఖాస్తు చేసుకోవాలని తెలిపారు. భూములపై హక్కులు కాపాడేలా కొత్త చట్టం అమల్లోకి వచ్చిందని, తద్వారా లావాదేవీలు, రిజిస్ట్రేషన్, మ్యుటేషన్, ఆర్‌ఓఆర్ తదితర సేవలు సులభతరమవుతాయని చెప్పారు. రికార్డుల్లో తప్పులు సవరణకు అవకాశం కల్పించగా, పెండింగ్ సాదాబైనామా దరఖాస్తులకు సైతం పరిష్కారం లభిస్తుందని తెలిపారు. రైతులకు ఉచిత న్యాయసాయం అందించడమే కాక అప్పీల్‌కు అవకాశం కల్పిస్తామని వెల్లడించారు. కాగా, చెరువుమాధారంలో 168, సధాశివాపురం లో 48, కొత్తకొత్తూరు సభలో 28 దరఖాస్తులు అందాయని అధికారులు తెలిపారు. పాలేరు నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జ్ ఎం.రాజేశ్వరి, ఆర్డీఓ నర్సింహారావు, నేలకొండపల్లి మార్కెట్ చైర్మన్ వెన్నపూసల సీతారాములు, తహసీల్దార్లు వి.వెంకటేశ్వర్లు, తఫజుల్ హుస్సేన్, డిప్యూటీ తహసీల్దార్ ఇమ్రాన్, ఎంఆర్‌ఐలు ఆలస్యం మధుసూదన్‌రావు, బి.రవి, సొసైటీ మాజీ చైర్మన్ ఈవూరి శ్రీనివాసరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అంతా సవ్యంగానే ఉందా?!

- పాఠశాలల స్థితిగతులపై ఏటా యు–డైస్ సర్వే
- ఇందులో వివరాలపై థర్డ్ పార్టీ ద్వారా పరిశీలన

ఖమ్మంసహకారనగర్: ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో ఉన్న వసతులు, విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయుల సంఖ్య, బోధన ఎలా జరుగుతోంది.. ఇంకా ఏమేం వసతులు కావాలనే సమాచార సేకరణకు కేంద్ర ప్రభుత్వం ఏటా యూనిఫైడ్ డిస్ట్రిక్ట్ ఇన్ఫర్మేషన్ సిస్టమ్ ఫర్ ఎడ్యుకేషన్(యు–డైస్) సర్వే చేయిస్తోంది. ప్రతీ అక్టోబర్, నవంబర్‌లో సర్వే చేస్తుండగా.. ఇందులో నమోదైన వివరాలను సరిచూసేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం థర్డ్‌పార్టీ సర్వేకు నిర్ణయించింది. డైట్ కళాశాల విద్యార్థులతో చేయిస్తున్న ఈ సర్వే 15వ తేదీన మొదలుకాగా 21వ తేదీతో ముగియనుంది. ఉమ్మడి జిల్లాలో డైట్ కళాశాల ఒకటే ఉన్నందున భద్రాచలం ఐటీడీఏలోని బీఈడీ కళాశాల విద్యార్థులను కూడా సర్వేకు వినియోగించుకుంటున్నారు.

జిల్లా	పాఠశాలలు	సర్వే చేస్తున్న విద్యార్థులు
ఖమ్మం	1,170	80 మంది
భద్రాద్రి కొత్తగూడెం	530	72 మంది



భద్రాద్రి జిల్లా రేగులగండిలో వివరాలు సేకరిస్తున్న డైట్ విద్యార్థిని

యు–డైస్ సర్వే ఇలా..

ఏటా కేంద్రం యు–డైస్ సర్వే నిర్వహిస్తుంది. ప్రధానోపాధ్యాయులు, ఉపాధ్యాయులు, అందుబాటులో ఉన్న వసతులు, సౌకర్యాలను ఆన్‌లైన్‌లో నమోదు చేస్తారు. ఈ వివరాల ఆధారంగా సదుపాయల కల్పనకు కేంద్రం నిధులు విడుదల చేస్తుంది.

కొన్ని తేడాలు..

యు–డైస్ సర్వే ద్వారా పలు స్కూళ్లలో సరైన వసతులు లేవని తేల్చారు. టాయిలెట్లు, డిజిటల్ తరగతి గదులు, తాగునీటి సదుపాయం లేవని గుర్తించారు. కానీ రాష్ట్రప్రభుత్వం మాత్రం విద్యారంగంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహిస్తున్నా వివరాలు ఇలా నమోదైనందున థర్డ్ పార్టీ సర్వేకు నిర్ణయించినట్లు తెలిసింది.

డైట్ విద్యార్థులతో..

జిల్లాలో డైట్ విద్యార్థులతో థర్డ్ పార్టీ సర్వే కొనసాగుతుండగా, డైట్ ప్రిన్సిపాల్ సామినేని సత్యనారాయణ పర్యవేక్షిస్తున్నారు. ప్రతిరోజు ఎంపిక చేసిన పాఠశాలలకు విద్యార్థులు వెళ్లి అక్కడ ఉన్న వసతులను నమోదు చేస్తున్నారు. యు–డైస్‌లో ఏం నమోదు చేశారు.. వాస్తవ పరిస్థితులు ఏమిటో పరిశీలించి తేడాను నివేదికలో పొందుపరుస్తున్నారు. ఖమ్మం సమీపాన ఓ పాఠశాలలో ర్యాంప్ లేకున్నా ఉన్నట్లు నమోదు చేశారని, మరుగుదొడ్లు ఉన్నా లేనట్లుగా పేర్కొన్నారని గుర్తించినట్లు సమాచారం. అలాగే, చిన్న మరమ్మతులు అవసరమైతే భవనాలు శిథిలావస్థకు చేరాయని యు–డైస్ సర్వేలో పొందుపర్చారని తేల్చినట్లు తెలిసింది. ఈనెల 21వ తేదీ వరకు కొనసాగే థర్డ్ పార్టీ సర్వేతో వాస్తవ పరిస్థితులు వెలుగుచూస్తాయని రాష్ట్రప్రభుత్వం భావిస్తోంది.

సదుపాయాల కల్పనకు దోహదం



యు–డైస్ సర్వేలోని అంశాలను పునఃపరిశీలన ద్వారా పాఠశాలల్లో మరిన్ని మౌలిక వసతులు కల్పించే అవకాశం ఉంటుంది. గతంలో జరిగిన తప్పులను సరిచేయడమే కాక భవిష్యత్‌లో చేయాల్సిన పనులకు మార్గం ఏర్పడుతుంది. రోజువారీగా సర్వేను నిశితంగా పరిశీలిస్తున్నాం.

– సామినేని సత్యనారాయణ, డైట్ ప్రిన్సిపాల్

క్లుప్తంగా

ఎవరి పని వారిదే !



రోడ్డు మధ్యలో ఉన్న ఎయిర్‌వాల్వ్

వైరా: వైరా నుంచి సోమవరం వరకు నాలుగు లేన్ల బీటీ రోడ్డు నిర్మాణ పనులు కొనసాగుతున్నాయి. రూ.12 కోట్ల వ్యయంతో నిర్మిస్తున్న ఈ రోడ్డు పనులను అధికారులు పర్యవేక్షిస్తున్నారా, లేదా అనే అనుమానాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. గతంలోనే రోడ్డు మధ్యలో మిషన్ భగీరథ పైప్‌లైన్ ఉండగా.. ఎయిర్‌వాల్వ్‌ను అలాగే వదిలేసి పనులు చేపడుతున్నారు. రోడ్డు నిర్మాణం పూర్తయ్యాక మధ్యలో ఉండే ఈ వాల్వ్ ద్వారా ప్రమాదాలు జరిగే అవకాశముంది. పైప్‌లైన్‌ను రోడ్డు పక్కకు పొడిగించి అక్కడ వాల్వ్ ఏర్పాటుచేసే అవకాశం ఉన్నా అటు ఆర్‌అండ్‌బీ, ఇటు భగీరథ అధికారులు పట్టించుకోకపోవడం విమర్శలకు తావిస్తోంది.

ఇకపై ప్రతీరోజు పశు వైద్యసేవలు

ఎర్రుపాలెం: రైతులు తమ పశువులకు వైద్యం చేయించేలా ప్రభుత్వ వైద్యశాలలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని పశు సంవర్ధక శాఖ జాయింట్ డైరెక్టర్ వెంకటనారయణ సూచించారు. మండలంలోని లక్ష్మీపురంలోని పశు వైద్యశాల ఎల్‌ఎస్‌ఏగా ఎస్.రమేష్‌ను కేటాయించగా శుక్రవారం ఆయన విధుల్లో చేరారు. ఈసందర్భంగా ఆస్పత్రిని తనిఖీ చేసిన జేడీ మందుల లభ్యతపై ఆరా తీశాక మాట్లాడారు. కొన్నాళ్లుగా ఆస్పత్రికి సిబ్బంది లేరని, ఇకపై పూర్తిస్థాయిలో ప్రతిరోజూ పశువులకు వైద్యం అందుతుందని తెలిపారు. ఈకార్యక్రమంలో తల్లపురెడ్డి ప్రవల్లిక, తల్లపురెడ్డి నాగిరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వేంకటేశ్వరస్వామి ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు



పూజల్లో పాల్గొన్న భక్తులు

సత్తుపల్లిటౌన్: సత్తుపల్లి ద్వారకాపురి కాలనీ శ్రీ ప్రసన్న వేంకటేశ్వరస్వామి ఆలయంలో విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన నిర్వహించి నలభై రోజులు పూర్తయింది. ఈ సందర్భంగా శుక్రవారం ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. స్వామికి పంచామృత అభిషేకం నిర్వహించగా పెద్దసంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొన్నారు. ఆలయ కమిటీ బాధ్యులు ద్రోణంరాజు మల్లికార్జునశర్మ, రాగాల చంద్రారెడ్డి, దురిశెట్టి శ్రీనివాసరావు, నారాయణ, గాదె నాగు, విష్ణు, రమేష్, తిరుపతిరావు పాల్గొన్నారు.

విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపనకు భూమిపూజ

వైరారూరల్: వైరా మండలం అష్ణగుర్తిలో రామాలయం పక్కన అభయ ఆంజనేయస్వామి విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపనకు శుక్రవారం గ్రామస్తులు భూమి పూజ చేశారు. దాతలు, ఆంజనేయ స్వామి భక్త బృందం బాధ్యులు పాల్గొన్నారు.

పెద్దమ్మతల్లికి పంచామృతాభిషేకం



అమ్మవారికి అభిషేకం చేస్తున్న అర్చకులు

పాల్వంచరూరల్: పెద్దమ్మతల్లికి వైభవంగా పంచామృతాభిషేకం నిర్వహించారు. మండలంలోని శ్రీకనకదుర్గ (పెద్దమ్మతల్లి)ఆలయంలో శుక్ర వారం అర్చకులు అమ్మవారి జన్మస్థలం వద్ద పంచామృతం, పసుపు, కుంకుమ, గాజు లు, హారతి సమర్పించారు. అనంతరం ఆలయంలోని మూలవిరాట్‌కు పంచామృతంతో అభిషేకం గావించారు. పంచహారతులు, నివేదన, నీరాజనం, మంత్రపుష్పం, కుంకుమ పూజలు, గణపతిహోమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఈఓ ఎస్.రజనీకుమారి పాల్గొన్నారు.

22, 25 తేదీల్లో టీబీజీకేఎస్ నిరసనలు

సింగరేణి(కొత్తగూడెం): బొగ్గు గనుల వేలం, సింగరేణి ప్రైవేటీకరణ యత్నాలను నిరసిస్తూ ఆందోళనలు చేపట్టనున్నట్లు తెలంగాణ బొగ్గు గని కార్మిక సంఘం(టీబీజీకేఎస్) రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మిరియాల రాజిరెడ్డి శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ నెల 22న సింగరేణివ్యాప్తంగా గనులు, డిపార్ట్‌మెంట్ వద్ద, 25న జీఎం కార్యాలయాల ఎదుట ఆందోళనలు చేపట్టి, వినతిపత్రాలు అందజేస్తామని పేర్కొన్నారు.

నిప్పురవ్వ.. కార్చిచ్చు కాకుండా

- ప్రమాదాల నివారణ, రక్షణపై ప్రజలకు అవగాహన
- కొనసాగుతున్న అగ్నిమాపక వారోత్సవాలు
- రూ.లక్షల్లో డీజిల్ బకాయిలతో ఉద్యోగుల సతమతం



మంటలు ఆర్పే విధానంపై అవగాహన కల్పిస్తున్న ఉద్యోగులు

సత్తుపల్లిటౌన్: అసలే ఎండాకాలం.. ఆపై వడగాలులు తోడవుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యాన అగ్గిరవ్వ రాజుకుంటే చాలు మంటలు చెలరేగే ప్రమాదముంది. ఈనేపథ్యాన అగ్నిప్రమాదాల బారిన పడకుండా కాపాడుకోవడం, ప్రమాదాలు ఎదురైతే రక్షించుకునేలా ఏటా ఏప్రిల్ 14నుంచి 20వ తేదీ వరకు అగ్నిమాపక శాఖ వారోత్సవాలు నిర్వహిస్తుంటారు. ప్రస్తుతం వారోత్సవాలు కొనసాగుతుండడంతో జిల్లాలో శాఖ అధికారులు మాక్‌డ్రిల్‌ల ద్వారా అవగాహన కల్పిస్తున్నారు.

అప్రమత్తత తప్పనిసరి

సహజంగా ఎండాకాలంలో అగ్నిప్రమాదాలు ఎక్కువగా జరుగుతుంటాయి. ఈనేపథ్యాన ప్రజలు అప్రమత్తంగా లేకపోతే రూ.లక్షల్లో ఆస్తినష్టం ఎదురవుతుంది. ఊరేగింపులు, వివిధ కార్యక్రమాల సందర్భంగా కాల్చే టపాసులు గడ్డివాములు, ఇళ్లపై పడితే ప్రమాదాలు జరుగుతుంటాయి. ఆస్తినష్టమే కాదు ఒక్కోసారి ప్రాణాలకే ముప్పు ఎదురవుతుంది. ఈనేపథ్యాన ప్రజలు తగిన జాగ్రత్తలు పాటించడం, ప్రమాదాలు ఎదురైనప్పుడు కాపాడుకునేలా అగ్నిమాపక శాఖ అవగాహన సదస్సులు నిర్వహిస్తోంది.

ఉమ్మడి జిల్లాలో...

ఉమ్మడి జిల్లాలో పలుచోట్ల ఫైర్ స్టేషన్లు ఉన్నాయి. ఖమ్మం, సత్తుపల్లి, మధిర, వైరా, కూసుమంచి, ఇల్లెందు, కొత్తగూడెం, భద్రాచలం, అశ్వారావుపేట, మణుగూరుల్లో ఫైర్ స్టేషన్లు ఉండగా నేలకొండపల్లిలో ఔట్ పోస్టు కొనసాగుతోంది. వీటికి తోడు కల్లూరులో ఫైర్ స్టేషన్ ఏర్పాటుకు ప్రతిపాదించారు.

గల్లీల్లోకీ వెళ్లేలా..

ఇరుకు గల్లీల్లోకి ఫైరింజన్ వెళ్లలేని పరిస్థితి ఎదురవుతోంది. అలాంటి ప్రాంతాల్లో అగ్నిప్రమాదం జరిగితే మంటలు అదుపు చేసేలా బుల్లెట్ వాహనాలను ప్రభుత్వం సమకూర్చింది. ఇందులో రెండు సిలిండర్లలో 20 లీటర్ల నీరు ఉంటుంది. అలాగే, ఫోమ్‌ను చల్లడం ద్వారా వంద మీటర్లు వెడల్పులో వ్యాపించిన మంటలను సైతం ఆర్పవచ్చు.

ఈ జాగ్రత్తలు పాటిస్తే మేలు

అగ్నిప్రమాదాలు జరగకుండా తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తపై శాఖల అధికారులు పలు సూచనలు చేస్తున్నారు. వంటగదిలో డీజిల్, పెట్రోల్, అదనపు గ్యాస్ సిలిండర్ వంటివి ఉంచకపోవడమే మంచిది. అలాగే, దూరప్రాంతాలకు వెళ్లే సమయాన విద్యుత్ లైట్లు, మెయిన్ వద్ద సరఫరా నిలిపివేయాలి. ఇంటికి అన్ని వైపుల గాలి, వెలుతురు వచ్చేలా చూసుకోవాలి. పూజామందిరం వద్ద దీపం వెలిగించి బయటకు వెళ్లొద్దు. వంట పూర్తికాగానే సిలిండర్ రెగ్యులేటర్‌ను ఆఫ్ చేయాలి. చిన్నపిల్లలకు అగ్గిపెట్టెలు, లైటర్లు, టపాసులు వంటివి ఇవ్వొద్దు. ఐఎస్‌ఐ మార్కు ఉన్న ఎలక్ట్రికల్ వస్తువులను మాత్రమే వినియోగించాలి. ప్రమాదవశాత్తు మంటలు చెలరేగితే ఆర్పడానికి నీరు అందుబాటులో ఉంచుకోవాలి. దుస్తులకు నిప్పు అంటుకుంటే పరిగెత్తకుండా నేలపై దొర్లడం లేదా దుప్పటి చుట్టుకుంటే ఫలితం ఉంటుంది. ఇక భవనాల్లో అగ్నిప్రమాదం జరిగినప్పుడు అత్యవసర ద్వారాలను గుర్తించి బయటకు వెళ్లాలి. మంటలను ఆర్పే ఉపకరణాలు కనిపిస్తే వినియోగించుకోవాలి. పొగ ముసురుకుంటే ముఖానికి తడివస్త్రం అడ్డుపెట్టుకుని బయటకు రావాలి.

వాహనం కదిలేది ఎలా?

జిల్లాలో తరచూ ఎక్కడో ఓ చోట అగ్నిప్రమాదం జరుగుతోంది. ఈ సమాచారం అందగానే అగ్నిమాపక శాఖ సిబ్బంది వాహనంతో సహా వెళ్లాలి. కానీ నెలల తరబడి డీజిల్ బిల్లులు ప్రభుత్వం నుంచి రాకపోవడం అధికారులకు తలనొప్పిలా మారింది. ఎక్కడైనా అగ్ని ప్రమాదం జరిగిందని తెలిస్తే ఉద్యోగులే వాహనంలో డీజిల్ పోయించుకుని వెళ్లాల్సి వస్తోంది. గతేడాది సెప్టెంబర్ నుంచి ఫైర్ స్టేషన్లకు డీజిల్ బిల్లులు నిలిచిపోవడంతో ఈ పరిస్థితి ఎదురవుతోందని ఉద్యోగులు వాపోతున్నారు.



గల్లీల్లోకి వెళ్లేలా సమకూర్చిన వాహనంపై సిబ్బంది

జిల్లాలోని అగ్నిమాపక కేంద్రాల సమాచారం

అగ్నిమాపక కేంద్రం	ఫోన్ నెంబర్
ఖమ్మం	87126 99280
సత్తుపల్లి	87126 99282
మధిర	87126 99284
వైరా	87126 99288
కూసుమంచి	87126 99286
నేలకొండపల్లి	87126 99290

నిర్లక్ష్యం వహించొద్దు..



వేసవిలో అగ్నిప్రమాదాలు ఎక్కువగా జరిగే అవకాశమున్నందున ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ఏ మాత్రం నిర్లక్ష్యం వహించినా ప్రమాద తీవ్రత పెరుగుతుంది. ఇళ్లలో వంట చేసే సమయంలో మహిళలు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. విద్యుత్ వినియోగంలోనూ ఏమరుపాటుగా ఉండొద్దు. అగ్నిమాపక వారోత్సవాల్లో భాగంగా ప్రజలకు అవగాహన కల్పిస్తున్నాం.

– వై.వెంకటేశ్వరరావు, ఫైర్ ఆఫీసర్, సత్తుపల్లి

సత్వరమే ధాన్యం కొనుగోళ్లు చేపట్టాలి



ధాన్యాన్ని పరిశీలిస్తున్న తాతా మధు, నాయకులు

కొణిజర్ల: అకాల వర్షాలతో రైతులు నష్టపోతున్నందున ప్రభుత్వం వెంటనే అన్ని గ్రామాల్లో ధాన్యం కొనుగోళ్లు మొదలుపెట్టాలని బీఆర్ఎస్ జిల్లా అధ్యక్షుడు, ఎమ్మెల్సీ తాతా మధు డిమాండ్ చేశారు. కొణిజర్ల మండలంలోని మల్లుపల్లి, తదితర గ్రామాల్లో ఆరబోసిన ధాన్యాన్ని శుక్రవారం ఆయన పరిశీలించి మాట్లాడారు. సత్వరమే అన్ని గ్రామాల్లో కేంద్రాలను ప్రారంభించడమే కాక తడిసిన ధాన్యాన్ని కూడా మద్దతు ధరతో కొనుగోలు చేయాలన్నారు. అనంతరం రామనర్సయ్యనగర్‌లో ఇటీవల పురుగుల మందు తాగి ఆత్మహత్యాయత్నానికి పాల్పడ్డ జటపిట రవిని ఎమ్మెల్సీ పరామర్శించారు. అధికార పార్టీ నాయకులకు పోలీసులు వత్తాసు పలికేలా వ్యవహరిస్తే తర్వాత ఇబ్బందులు పడాల్సి వస్తుందని పేర్కొన్నారు. మాజీ సర్పంచ్ కొర్రా కాంతమ్మ, బీఆర్ఎస్ నాయకులు పోట్ల శ్రీనివాసరావు, పోగుల శ్రీనివాసరావు, దొడ్డపిన్ని రామారావు, ముల్యాల నాగేశ్వరరావు, కిలారు మాధవరావు, పాసంగులపాటి శ్రీనివాసరావు, చిరంజీవి, నాగేశ్వరరావు, రాంబాబు, సోందు, రాందాస్, వెంకన్న, నరసింహా రవీంద్ర, రహీం వెంకటేశ్వర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఈ సైకిళ్లు ఎవరికి ఇవ్వాలి దేవుడా?

- మనవళ్ల కోసం కొనుగోలు చేయగా.. వారిద్దరు చనిపోయినట్లు సమాచారం
- ఇద్దరు పిల్లలు సహా తల్లి మృతితో సత్తుపల్లిలో విషాదం

సత్తుపల్లి: వేసవి సెలవులు వచ్చేశాయి.. ఒకటి, రెండు రోజుల్లో వెళ్లి మనవళ్లను తీసుకురావాలి.. నెల పాటు వారితో ఇంట్లో సందడిగా ఉంటుంది.. అని భావించిన ఆ తాత హతాశుడయ్యే సమాచారం అందింది. మనవళ్లు ఇద్దరిని కుమార్తె హత్య చేసి ఆమె సైతం బలవన్మరణానికి పాల్పడిందని తెలియడంతో కన్నీరుమున్నీరయ్యాడు. మనవళ్లు గత ఏడాది వచ్చినప్పుడు అడిగినట్లుగా కొన్న సైకిళ్లు ఎవరికి ఇవ్వాలి అంటూ ఆయన రోదించిన తీరు అందరినీ కంటతడి పెట్టించింది. పెనుబల్లి మండలం తాళ్లపెంటకు చెందిన గువ్వల వెంకటరెడ్డి సింగరేణిలో ఉద్యోగం చేస్తున్నాడు. ఐదేళ్ల క్రితం సత్తుపల్లిలోని బైపాస్‌రోడ్ టీచర్స్ కాలనీలో ఇల్లు కట్టుకుని నివస్తుండగా ఆయనకు ఓ కుమారుడు, కుమార్తె ఉన్నారు. కుమార్తె తేజస్వినిరెడ్డి(35) వివాహం 13ఏళ్ల క్రితం సత్తుపల్లి మండలం రేజర్లకు చెందిన గంగ్ర వెంకటేశ్వరరెడ్డితో జరగగా వారికి కుమారులు హర్షిత్‌రెడ్డి(11), అశిష్‌రెడ్డి(7) ఉన్నారు. కుటుంబమంతా హైదరాబాద్‌లోని ఓ అపార్ట్‌మెంట్‌లో నివసిస్తుండగా గురువారం వెంకటేశ్వరరెడ్డి విధులకు వెళ్లొచ్చేలోగా కుమారులిద్దరిని చంపిన తేజస్విని ఆత్మహత్యకు పాల్పడింది. కాగా, వెంకటరెడ్డి కుమారుడు, తేజస్విని తమ్ముడు సైతం 14ఏళ్ల క్రితం ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. అప్పుడు కుమారుడు, ఇప్పుడు కుమార్తె, మనవళ్ల మృతితో వెంకటరెడ్డి కుటుంబీకుల రోదనలను ఆపడం ఎవరి వల్లా కాలేదు. ఘటనా సమాచారం తెలియగానే కుటుంబమంతా హైదరాబాద్ వెళ్లగా ముగ్గురి మృతదేహాలకు హైదరాబాద్‌లోనే అంత్యక్రియలు నిర్వహించారు.

కంటైనర్, కారు ఢీ..



ప్రమాదంలో దెబ్బతిన్న కారు

జూలూరుపాడు: కంటైనర్, కారు ఎదురెదురుగా ఢీకొన్న సంఘటన తల్లాడ-కొత్తగూడెం ప్రధాన రోడ్డులో శుక్రవారం చోటు చేసుకుంది. వివరాల్లోకి వెళితే.. ఖమ్మం నుంచి కొత్తగూడెం వైపు వెళ్తున్న కంటైనర్, భద్రాచలం నుంచి ఖమ్మం వెళ్లే కారు జూలూరుపాడు సబ్ మార్కెట్ యార్డు సమీపంలోకి రాగానే ఎదురెదురుగా ఢీకొన్నాయి. దీంతో కారు ముందు భాగం నుజ్జునుజ్జు కాగా ఎవరికీ ఎటువంటి గాయాలు కాలేదు. ప్రధాన రహదారిపై ఏర్పడ్డ పెద్ద పెద్ద గుంతలు కారణంగా ఈ ప్రమాదం జరిగింది. ఈ విషయాన్ని తెలుసుకున్న జూలూరుపాడు ఎస్‌ఐ బాదావత్ రవి ఘటనాస్థలానికి చేరుకుని పోలీస్ సిబ్బందితో పాటు కూలీలతో కలిసి రోడ్డుపై గుంతలను పూడ్చివేయించారు.



గుంతలను పూడ్చిస్తున్న ఎస్‌ఐ రవి, పోలీస్ సిబ్బంది

ప్రమాదవశాత్తు బావిలో పడి బాలుడు మృతి

బతుకుదెరువుకు వలస వచ్చిన కుటుంబంలో విషాదం



యాకూబ్ (ఫైల్)

బోనకల్: భర్త వదిలేసినా, ఇద్దరు కుమారులు మానసిక వైకల్యంతో బాధపడుతున్నా బతుకుదెరువు కోసం వలస వచ్చిన ఓ మహిళ కుమారుడిని బావి మింగేసింది. ఆ కుటుంబంతో పాటు, స్థానికంగా విషాదాన్ని నింపిన ఈ ఘటన వివరాలు... జనగామ జిల్లా స్టేషన్‌ఘన్‌పూర్‌కు చెందిన షేక్ రేష్మాకు ఓ కుమార్తెతో పాటు మానసిక దివ్యాంగులైన ఇద్దరు కుమారులు ఉన్నారు. కొన్నేళ్ల క్రితం ఆమెను భర్త వదిలివేసినా అధైర్యపడకుండా పిల్లలతో కలిసి చింతకాని మండలం ప్రొద్దుటూరుకు వచ్చి గుడారం వేసుకుని జీవనం సాగిస్తోంది. పాత రాతెండి సామగ్రి కొనడం, మరమ్మతు పనులతో పొట్ట పోసుకుంటుండగా, శుక్రవారం పెద్దకుమారుడు యాకూబ్ (15) బోనకల్ మండలం లక్ష్మీపురం పరిధి వ్యవసాయ బావి వద్దకు వెళ్లి ప్రమాదవశాత్తు కాలు జారి పడ్డాడు. దీంతో నీటమునిగిన ఆయన మృతి చెందగా తల్లి సహా కుటుంబీకులు కన్నీరుమున్నీరయ్యారు. కాగా, వారి కుటుంబ పరిస్థితి దృష్ట్యా మృతదేహాన్ని స్వస్థలానికి తరలించేందుకు బీఆర్ఎస్ నాయకుడు పెంట్యాల పుల్లయ్య ఆటో సమకూర్చగా, స్థానికులు రూ.20వేల ఆర్థిక సాయం అందజేశారు. ఈమేరకు ఘటనపై కేసు నమోదు చేసినట్లు ఎస్సై మధుబాబు తెలిపారు.

బావిలో పడి గుర్తుతెలియని వ్యక్తి మృతి



మృతుడి ఫైల్ ఫొటో

తిరుమలాయపాలెం: కొద్ది రోజులుగా మండలంలోని మేడిదపల్లి ప్రాంతంలో తిరుగుతున్న గుర్తుతెలియని వ్యక్తి(30) వ్యవసాయ బావిలో మృతదేహంగా తేలాడు. పోలీసులు తెలిపిన వివరాలు... మతిస్థిమితం లేని సదరు వ్యక్తి మేడిదపల్లిలో తిరుగుతూ ఎవరైనా భోజనం పెడితే తినేవాడు. ఈక్రమాన మేడిదపల్లి – మేకలతండా మార్గంలో వ్యవసాయ బావిలో ఆయన మృతదేహాన్ని శుక్రవారం గుర్తించారు. ఈమేరకు పోలీసులు చేరుకుని అన్నం ఫౌండేషన్ చైర్మన్ శ్రీనివాసరావు సాయంతో మృతదేహాన్ని వెలికితీసి మార్చురీకి తరలించారు. మృతుడి ఆచూకీ తెలిసిన వారు 87126 59136, 87126 59137 నంబర్లలో సంప్రదించాలని ఎస్‌ఐ కూచిపూడి జగదీష్ సూచించారు.

యథేచ్ఛగా ఇసుక అక్రమ రవాణా

రోడ్లు, పంటలు పాడవుతున్నాయని రైతుల ఆవేదన



వాహనాలతో రాకపోకలతో దెబ్బతిన్న రోడ్డు, పొలం

బోనకల్: ఏపీ నుంచి బోనకల్ మండలానికి రాత్రివేళల్లో ఇసుక రవాణా విచ్చలవిడిగా సాగుతోంది. ఇసుక తరలించే వాహనాల రాకపోకలతో రహదారులపై గుంతలు ఏర్పడుతుండగా, ఇష్టారాజ్యంగా వాహనాలు తీసుకెళ్తుండడంతో పొలాలు కూడా పాడవుతున్నాయని రైతులు వాపోతున్నారు. ఇటీవల బోనకల్‌లోని రైతు మరీదు రామారావుకు చెందిన పొలంలో ఇసుక ట్రాక్టర్ బోల్తా పడింది. దీంతో జేసీబీ సాయంతో ఆ ట్రాక్టర్‌ను తీసే క్రమాన వరిపంట పాడవడంతో నష్టపోయానని తెలిపారు. అంతేకాక పొలాలకు వెళ్లే దారులు కూడా గుంతలమయమవుతున్నాయని చెబుతున్నారు. ఇప్పటికైనా అధికారులు స్పందించి ఇసుక అక్రమ రవాణాను అరికట్టాలని రైతులు కోరుతున్నారు.

రెండు ఇసుక ట్రాక్టర్లు సీజ్

చింతకాని మండలం చిన్నమండవ ఏటి నుండి బోనకల్ మండలం రామాపురం గ్రామానికి అనుమతి లేకుండా ఇసుక తరలిస్తున్న రెండు ట్రాక్టర్లను పోలీసులు సీజ్ చేశారు. చింతకాని మండలం తిమ్మినేనిపాలెంకు చెందిన పోపూరి శశి, గాదెల సరితకు చెందిన ట్రాక్టర్ల ద్వారా ఇసుక తరలిస్తున్నట్లు పోలీసులు శుక్రవారం రాత్రి చేపట్టిన తనిఖీల్లో గుర్తించారు. ఈమేరకు ట్రాక్టర్లను సీజ్ చేసి డ్రైవర్లు వడ్డెపూడి నాగేశ్వరావు, షేక్ కబీతో పాటు యజమానులపై కేసు నమోదు చేసినట్లు ఎస్సై మధుబాబు తెలిపారు.

వంట చేస్తుండగా గ్యాస్ లీక్



అవగాహన కల్పిస్తున్న అగ్నిమాపక శాఖ ఉద్యోగులు

సత్తుపల్లిటౌన్: సత్తుపల్లి సీఎస్‌ఐ చర్చి రోడ్డులోని అలవాల ప్రశాంత్ ఇంట్లో శుక్రవారం వంట చేస్తుండగా గ్యాస్ లీక్ అయి మంటలు వ్యాపించాయి. దీంతో కుటుంబీకులు ఆందోళన చెందగా, స్థానికులతో పాటు అగ్నిమాపక శాఖ సిబ్బంది చేరుకుని మంటలను అదుపు చేశారు. అప్పటికే రూ.50 వేల విలువైన సామగ్రి కాలిపోయింది. ఈ సందర్భంగా అగ్నిమాపక శాఖ ఉద్యోగులు గ్యాస్ లీక్ అయినప్పుడు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు, మంటలు ఆర్పడంపై స్థానికులకు అవగాహన కల్పించారు.

ట్రాక్టర్ ఫైనాన్స్ బకాయి.. ఆత్మహత్య



ఇసంపల్లి సైదా (ఫైల్)

బోనకల్: మండలంలోని గోవిందాపురం(ఎల్) గ్రామానికి చెందిన వ్యక్తి గడ్డి మందు తాగగా చికిత్స పొందుతూ శుక్రవారం మృతి చెందాడు. గ్రామానికి చెందిన ఇసంపల్లి సైదా(30) ట్రాక్టర్ కోసం రుణం తీసుకోగా, కిస్తీలు బకాయి పడ్డాడు. దీంతో కంపెనీ బాధ్యులు ఒత్తిడి చేయడం, చెప్పిన గడువు కూడా ముగియడంతో ఫోన్ స్విచ్చాఫ్ చేసుకున్నాడు. ఈక్రమాన వారు గ్రామంలోని కొందరికి ఫోన్ చేసి ట్రాక్టర్ తీసుకువెళ్లనున్నట్లు చెప్పారు. ఈ విషయం సైదాకు తెలియడంతో గురువారం గడ్డి మందు తాగగా కుటుంబీకులు ఆస్పత్రికి తరలించారు. అక్కడే చికిత్స పొందుతూ సైదా మృతి చెందడంతో ఆయన భార్య ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసినట్లు ఎస్‌ఐ మధుబాబు తెలిపారు.

అనారోగ్య కారణాలతో మరో వ్యక్తి...

చింతకాని: భద్రాద్రి జిల్లా సుజాతనగర్ మండలం నాయకులగూడెంకు చెందిన వడుగు అజయ్‌కృష్ణ (34) ఆత్మహత్యకు పాల్పడ్డాడు. చింతకాని మండలం చిన్నమండవకు చెందిన లక్ష్మీతిరుపతమ్మను 13ఏళ్ల క్రితం పెళ్లి చేసుకున్న ఆయన ఐదేళ్ల క్రితం బతుకుదెరువు కోసం చిన్నమండవ వచ్చాడు. ఇక్కడ వెల్డింగ్ పనులతో జీవనం సాగిస్తుండగా మద్యానికి బానిసైన అజయ్‌కృష్ణ కొంతకాలంగా అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నాడు. గురువారం పనుల కోసం నాగులవంచ వెళ్తున్నట్లు చెప్పి అక్కడే పురుగుల మందు తాగాడు. స్థానికుల ద్వారా తెలుసుకున్న కుటుంబీకులు ఖమ్మం ప్రభుత్వాస్పత్రికి తీసుకెళ్లగా చికిత్స పొందుతూ అర్ధరాత్రి మృతి చెందాడు. అజయ్‌కృష్ణకు భార్య, ఇద్దరు కుమారులు ఉండగా, కేసు నమోదు చేసినట్లు ఎస్సై నాగుల్‌మీరా తెలిపారు.

గంజాయి స్వాధీనం

ఖమ్మంక్రైం: ఖమ్మం త్రీటౌన్ ప్రాంతంలో శుక్రవారం రాత్రి పెట్రోలింగ్ చేస్తున్న పోలీసులకు ఓ వ్యక్తి గంజాయితో పట్టుబడ్డాడు. సీఐ రమేష్ వెల్లడించిన వివరాలు.. మధిరకు చెందిన రాజకొండ దుర్గారావు బొక్కలగడ్డ వెంకటేశ్వర్‌నగర్‌లో ఉంటూ చిరువ్యాపారం చేస్తున్నాడు. త్వరగా ఎక్కువ డబ్బు సంపాదించాలనే ఉద్దేశంతో విజయవాడ నుంచి గంజాయి తీసుకొచ్చి ఇక్కడ ఎక్కువ ధరకు అమ్ముతున్నాడు. ఈనేపథ్యాన పెట్రోలింగ్ చేస్తున్న ఎస్‌ఐ రమేష్ ఆయనను తనిఖీ చేయడంతో రూ.20వేల విలువైన 450 గ్రాముల గంజాయి లభించింది. దీంతో నిందితుడు దుర్గారావును అరెస్ట్ చేసినట్లు సీఐ తెలిపారు.

కుప్పకూలిన రాజు.. కాళ్లు విరిగిన గుర్రం



రెండేళ్ల క్రితం ప్రారంభించిన సమయాన చెస్ బోర్డు

జిల్లా కేంద్రంలో మురికికూపంగా ఉన్న గోళ్లపాడు చానల్‌ను రెండేళ్ల క్రితం ఆధునికీకరించారు. అందులో భాగంగానే పలు చోట్ల పార్కులు ఏర్పాటుచేశారు. వీటిలో సుందరయ్యనగర్ పార్క్‌లో భారీ పావులతో చెస్‌బోర్డు సైతం సమకూర్చారు. సాయంత్రం పార్క్‌కు వచ్చే చిన్నాపెద్ద ఈ చెస్‌బోర్డు వద్ద సరదాగా ఆడుకోవడంతో పాటు సెల్ఫీలు దిగేవారు. కానీ రానురాను దీన్ని ఎవరూ పట్టించుకోవడంతో నామరూపాలు లేకుండా పోతోంది. ఇప్పటికే రాజు కాయిన్ విరిగి కిందపడిపోగా, గుర్రం, ఏనుగు కాయిన్లు కూడా వాటి రూపాన్ని కోల్పోతున్నాయి.

– స్టాఫ్ ఫొటోగ్రాఫర్



విరిగిపోయి కిందపడిన కాయిన్స్

లైఫ్@360



రోజంతా ఉల్లాసంగానే...

చాలామంది రోజంతా నీరసంగా.. నిస్సత్తువగా గడుపుతుంటారు. దీనివల్ల శరీరం నిస్తేజంగా మారడమే కాకుండా అనేక రోగాల బారిన పడే ప్రమాదం ఉంది. అయితే కొన్ని చిన్నపాటి మార్పుల ద్వారా రోజంతా ఉత్సాహంగా, ఉల్లాసంగా ఉండవచ్చు. అవేంటో చూద్దాం..



తగినంత నిద్ర.. ప్రతిరోజూ కనీసం 7–8 గంటలు నిద్ర పోవడం చాలా ముఖ్యం. నిద్రలేమి చిరాకు, నీరసానికి దారితీస్తుంది.

ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం.. పోషకాలతో కూడిన సమతుల ఆహారం తీసుకోవాలి. పండ్లు, కూరగాయలు, తృణధాన్యాలు, ప్రోటీన్లు శరీరానికి శక్తినిస్తాయి. ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలు, చక్కెర ఎక్కువగా ఉండే వాటిని తగ్గించడం మంచిది.

వ్యాయామం.. ప్రతిరోజూ కనీసం 30 నిమిషాల పాటు వ్యాయామం చేయడం వల్ల మీ మానసిక స్థితి మెరుగుపడుతుంది. శక్తి స్థాయులు పెరుగుతాయి. నడవడం, యోగా, డ్యాన్స్ లేదా ఇష్టమైన ఏదైనా శారీరక శ్రమ చేయవచ్చు.



నీరు తాగడం.. రోజంతా తగినంత నీరు తాగడం చాలా అవసరం. డీహైడ్రేషన్ వల్ల అలసట, చిరాకు కలగవచ్చు.

ధ్యానం, విశ్రాంతి.. ప్రతిరోజూ కొంత సమయం ధ్యానం లేదా రిలాక్సేషన్ టెక్నిక్స్ కోసం కేటాయించండి. ఇది ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి, మనస్సును ప్రశాంతంగా ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది.

పాజిటివ్ ఆలోచనలు.. ప్రతికూల ఆలోచనలను తగ్గించుకుని సానుకూల దృక్పథాన్ని అలవర్చుకోండి. కృతజ్ఞత కలిగి ఉండటం కూడా చాలా ముఖ్యం.

ఇష్టమైన పనులు చేయడం.. ఆనందం కలిగించే హాబీలు లేదా పనుల కోసం సమయం కేటాయించడం మన మానసిక స్థితిని మెరుగుపరుస్తుంది.

సామాజిక సంబంధాలు.. స్నేహితులు, కుటుంబ సభ్యులతో సమయం గడపడం, ఇతరులతో మాట్లాడటం, కనెక్ట్ అవ్వడం మానసిక ఆరోగ్యానికి చాలా ముఖ్యం.

కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవడం.. కొత్త నైపుణ్యాలను నేర్చుకోవడం లేదా కొత్త విషయాలు తెలుసుకోవడం మీ మనస్సును ఉత్తేజపరుస్తుంది, ఉల్లాసంగా ఉంచుతుంది.

రోజువారీ అలవాట్లు.. ఉదయం లేవగానే సహజమైన సూర్యకాంతిలో గడపడం శరీరపు జీవ గడియారాన్ని క్రమబద్ధీకరించడానికి సహాయపడుతుంది, ఉల్లాసంగా ఉంచుతుంది.

చిన్న చిన్న విరామాలు.. మీరు ఎక్కువసేపు ఒకే పనిలో ఉంటే, మధ్యలో చిన్న విరామాలు తీసుకోండి. లేచి కొంచెం నడవండి లేదా స్ట్రెచ్ చేయండి.

పనులు ప్లాన్ చేసుకోవడం.. రోజువారీ పనులను ఒక క్రమంలో ప్లాన్ చేసుకోవడం వల్ల ఒత్తిడి తగ్గుతుంది, మరింత నియంత్రణలో ఉన్నట్లు అనిపిస్తుంది.

నవ్వండి, నవ్వించండి.. నవ్వడం ఒక గొప్ప ఒత్తిడి నివారిణి, హాయిగా నవ్వుకోడం మానసిక స్థితిని తక్షణం మెరుగుపరుస్తుంది.

ఈ చిట్కాలను జీవితంలో భాగం చేసుకోవడం ద్వారా రోజంతా ఉల్లాసంగాఉత్సాహంగా ఉండగలగడం ఎవరికైనా సాధ్యమే.ఒకవేళ మీకు ఏవైనా ప్రత్యేకమైన ఆందోళనలు ఉంటే, వైద్య నిపుణుడిని సంప్రదించడం మంచిది.



ప్రాణాయామంతో మనస్సు, శరీరం రీఛార్జ్

● యోగా



యోగాలో ప్రాణాయామం ప్రయోజనాలు యోగాకు మించి ఉంటాయి. శ్వాస మీద పని చేస్తున్నప్పుడు, శరీరంలోని టాక్సిన్స్‌ను తొలగిస్తూనే తగినంత ఆక్సిజన్ సరఫరాతో శ్వాసను నియంత్రించడం, సరైన విధంగా సాధన చేయడం ఈ యోగాలో కీలకం. శరీరాన్ని రీఛార్జ్ చేయడం ద్వారా ఇది పనిచేస్తుంది. ప్రాణాయామం జీర్ణాశయానికి ఆక్సిజన్ సరఫరాను పెంచుతుంది, మెరుగైన జీర్ణక్రియ కోసం రక్త ప్రవాహాన్ని, ప్రేగుల బలాన్ని పెంచుతుంది. యోగా ఆసనాలతో కలిపి చేసే ప్రాణాయామం ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. జీవక్రియ వ్యర్థాలను తొలగిస్తుంది.

సాధన చేయడానికి...

ప్రాణాయామం చేయడానికి, ఒక ప్రశాంతమైన స్థానంలో కూర్చొని, వెన్నును నిటారుగా ఉంచాలి. రెండు కళ్ళను మూసి, శ్వాసను లోపలికి పీల్చుకోవాలి. కొన్ని క్షణాలు ఆ శ్వాసను బిగించి, తర్వాత నెమ్మదిగా బయటకు వదిలేయాలి. ఈ ప్రక్రియను పదే పదే పునరావృతం చేయడం వల్ల శరీరానికి, మనసుకు ప్రశాంతత చేకూరి శక్తిమంతం అవుతాయి. శ్వాస సాధన ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది.

మెరుగైన ఆరోగ్యానికి మల్బరీ జ్యూస్

తియ్య తియ్యగా... పుల్ల పుల్లగా ఉండే మల్బరీ పండ్లు అన్ని కాలాలలోనూ అందుబాటులో ఉంటాయి. మల్బరీ పండ్లతో చేసిన జ్యూస్ ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగిస్తుంది. అవేమిటో చూద్దాం..

మల్బరీలో ఉండే డైటరీ ఫైబర్ జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచి మలబద్ధకం, కడుపులో మంటలను తగ్గిస్తుంది.



గుండె ఆరోగ్యానికి మల్బరీ యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలను కలిగి ఉండి రక్తనాళాల పనితీరును మెరుగుపరచి రక్తం గడ్డ కట్టకుండా చేస్తుంది. తద్వారా స్ట్రోక్స్, గుండెపోటు వంటి సమస్యలను నివారిస్తుంది.

రోగనిరోధక శక్తి పెంపు: మల్బరీలో విటమిన్ సి సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇది శరీరంలోని వ్యాధులకు వ్యతిరేకంగా శక్తిమంతమైన రక్షణను అందిస్తుంది.

ఎముకల ఆరోగ్యానికి: మల్బరీలోని విటమిన్ కె, కాల్షియం, ఐరన్ వంటి ఖనిజాలు ఎముకల ఆరోగ్యానికి మంచిది.

కంటి చూపు మెరుగు: మల్బరీ జ్యూస్‌లో విటమిన్ ఎ అధికంగా ఉంటుంది కాబట్టి ఇది తాగడం వల్ల చూపు మెరుగుపడుతుంది. కంప్యూటర్ ముందు గంటల తరబడి పనిచేసే వారికి కంటి ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది.

వేగంగా కోలుకోవడానికి తోడ్పడుతుంది: శస్త్రచికిత్స తర్వాత రోగులకు మల్బరీ జ్యూస్ చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ఇది రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది, ఇన్ఫెక్షన్లు రాకుండా నివారిస్తుంది.

జుట్టు సహజ రంగును నిలుపుకుంటుంది: మల్బరీ జుట్టులో మెలనిన్ ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది. ఇది జుట్టు సహజ రంగును నిలుపుకోవడానికి సహాయపడుతుంది, జుట్టు నెరిసిపోవడాన్ని తగ్గిస్తుంది.

మెదడు ఆరోగ్యానికి మంచిది: మల్బరీలో న్యూరోప్రొటెక్టివ్ లక్షణాలను కలిగి ఉన్న వివిధ బయో యాక్టివ్ సమ్మేళనాలు మెదడు కణాలను ఒత్తిడి నుంచి రక్షించి ఐక్యూను మెరుగుపరుస్తాయి. మల్బరీలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కణాలను ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి, నష్టం నుంచి రక్షించడంలో సహాయపడతాయి. ఊపిరితిత్తుల ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి.

చివరగా... ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి కదా అని ఈ జ్యూస్‌ని విపరీతంగా తాగ కూడదు. పరిమితి పాటించడం మంచిది.

మండే ఎండల్లోనూ ఆరోగ్యంగా...

ఎండాకాలం కాసేపు బయటికి వెళితే చాలు ముఖచర్మం కమిలిపోతుంది. విపరీతంగా చెమటలు పోస్తాయి. నీరసం, నిస్త్రాణ కలుగుతాయి. కాసేపు పని చేస్తే చాలు శరీరం అలసిపోయి, సొమ్మసిల్లినట్లు అవుతుంది. అందువల్ల బయటికి వెళ్లేటప్పుడు కొన్ని చిట్కాలు పాటిస్తే ఎండల్లోనూ ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు. అవేమిటో చూద్దాం...

- మంచినీటిని మించిన ఔషధం లేదు. శరీరం డీహైడ్రేషన్‌కు గురికాకుండా కాపాడేది మంచినీరు మాత్రమే.



కాబట్టి ఇప్పటినుంచీ దాహం వేసినా వేయకపోయినా వీలైనంత ఎక్కువగా నీళ్లు తాగడం అలవాటుగా మార్చుకోండి.

- గుప్పెడు పుదీనా ఆకులను తాగే నీటిలో వేసుకుంటే... శరీరం చల్లగా ఉంటుంది. ఈ కాలంలో పుదీనా టీని ఎంచుకుంటే మరీ మంచిది. ఎండ ప్రభావాన్ని కొంతవరకూ తట్టుకోగలుగుతారు.
- నిమ్మరసం వేసవికి ఔషధం లాంటిది. ఉదయాన్నే గ్లాసు నీటిలో కొద్దిగా నిమ్మరసం, తేనె కలిపి తీసుకుంటే ఆరోగ్యంగా ఉంటారు.



సాక్షి సినిమా

వాళ్లు ఐ లవ్ యూ చెప్పలేదు

- కమల్‌హాసన్

''థగ్ లైఫ్' సినిమాలో శింబు, త్రిష, అభిరామి, జోజు జార్జ్ వంటి నటీనటులతో కలిసి నటించడం సంతోషంగా ఉంది. అయితే ఈ చిత్రంలో ఇద్దరు హీరోయిన్లు (త్రిష, అభిరామి) ఉన్నప్పటికీ నాకు ఒక్కసారి కూడా వారు ఐ లవ్ యూ చెప్పలేదు. కానీ, జోజు జార్జ్ మాత్రం రోజూ ఐ లవ్ యూ చెప్పేవారు'' అని కమల్‌హాసన్ సరదాగా పేర్కొన్నారు. కమల్‌హాసన్ హీరోగా ప్రముఖ దర్శకుడు మణిరత్నం తెరకెక్కించిన చిత్రం 'థగ్ లైఫ్'. శింబు, త్రిష, జోజు జార్జ్, అభిరామి ఇతర ప్రధాన పాత్రలు పోషించారు. మద్రాస్ టాకీస్, రాజ్‌కమల్ ఫిలింస్ ఇంటర్నేషనల్ బ్యానర్స్‌పై కమల్ హాసన్, మణిరత్నం, ఆర్. మహేంద్రన్, శివ అనంత్ నిర్మించిన ఈ చిత్రం జూన్ 5న విడుదల కానుంది. తెలుగులో శ్రేష్ఠ్ మూవీస్ రిలీజ్ చేస్తోంది. ఈ చిత్రానికి ఏఆర్ రెహమాన్ సంగీతం అందించారు. శుక్రవారం చెన్నైలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో ఈ మూవీ నుంచి 'జింగుచ్చా...' అంటూ సాగే తొలి పాటని రిలీజ్ చేశారు. ఈ పాటకి కమల్‌హాసన్ సాహిత్యం అందించారు. ఈ సందర్భంగా **కమల్‌హాసన్ మాట్లాడుతూ–** ''నాయగన్' తర్వాత మళ్లీ మణిరత్నంగారి దర్శకత్వంలో నటించడానికి ప్రేక్షకులే కారణం. ఆయనకు, నాకు మధ్య ఇప్పటికీ ఏమీ మారలేదు. 'థగ్ లైఫ్' కచ్చితంగా విజయం సాధిస్తుంది'' అని పేర్కొన్నారు. **మణిరత్నం మాట్లాడుతూ–** ''కమల్‌హాసన్ సినిమా లవర్. డబ్బింగ్ జరుగుతుంటే నా ఆఫీస్‌కు వచ్చిన కమల్‌హాసన్ అమెరికాలో జరుగుతున్న సౌండ్ మిక్సింగ్ గురించి చెప్పారు. ఆయన దర్శకుడికి 50 శాతం భారాన్ని తగ్గిస్తారు'' అన్నారు. **త్రిష మాట్లాడుతూ–** ''మణిరత్నంగారి దర్శకత్వంలో నేను నటించిన మూడవ చిత్రం 'థగ్ లైఫ్'. అదేవిధంగా కమల్ హాసన్‌గారు, శింబుతోనూ నటించిన మూడో చిత్రం ఇది కావడం సంతోషంగా ఉంది'' అని చెప్పారు. ''కమల్‌హాసన్‌గారి నుంచి చాలా విషయాలు నేర్చుకున్నాను'' అని శింబు తెలిపారు. ఈ వేడుకలో నటీనటులు అభిరామి, జోజు జార్జ్, అశోక్ సెల్వన్, కెమేరామేన్ రవి కె.చంద్రన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

– 'సాక్షి' తమిళ సినిమా, చెన్నై



● అభిరామి, షణ్ముగమూర్తి, ఏఆర్ రెహమాన్, మణిరత్నం, కమల్‌హాసన్, త్రిష, శింబు

అప్పనా తనామనా పాట బాగుంది

- సుకుమార్



● సువిక్షిత్, సుకుమార్, గీతిక

''దూరదర్శిని' హీరో సువిక్షిత్ నా రూపం వచ్చేటట్లు వరిపొలంలో ఫార్మింగ్ చేశాడు. అప్పటి నుంచి తనతో నాకు పరిచయం ఉంది. తనకి సినిమా అంటే ప్యాషన్. ఈ మూవీ నుంచి నేను రిలీజ్ చేసిన 'అపనా తనామనా...' పాట చాలా బాగుంది. ఈ సినిమా విజయం సాధించాలి'' అని దర్శకుడు సుకుమార్ అన్నారు. సువిక్షిత్ బొజ్జ, గీతికా రతన్ జంటగా నటించిన చిత్రం 'దూరదర్శిని'. 'కలిపింది ఇద్దరిని' అనేది ఉపశీర్షిక. కార్తికేయ కొమ్మి దర్శకత్వంలో బి. సాయి ప్రతాప్ రెడ్డి, జయ శంకర్ రెడ్డి నిర్మించారు. ఆనంద్ గుర్రాన సంగీతం అందించిన ఈ సినిమా నుంచి 'అపనా తనామనా...' అనే పాట లిరికల్ వీడియోను సుకుమార్ విడుదల చేశారు. సురేష్ బనిశెట్టి సాహిత్యం అందించిన ఈ పాటని సింధుజ, శ్రీనివాసన్ ఆలపించారు. సువిక్షిత్ బొజ్జ మాట్లాడుతూ– ''నా అభిమాన దర్శకుడు సుకుమార్‌గారి చేతుల మీదుగా మా మూవీ సాంగ్ రిలీజ్ కావడం సంతోషంగా, గర్వంగా ఉంది. ఈ సినిమా అందర్నీ 90వ దశకంలోకి తీసుకెళ్లి మీ జ్ఞాపకాల్ని, ప్రేమకథలను గుర్తుకు తెస్తుంది''అని తెలిపారు.

కథ గమ్మత్తుగా అనిపించింది

- నవీన్ చంద్ర



● రాకేశ్ వర్మ, రాశీ సింగ్, నవీన్ చంద్ర

''బ్లైండ్ స్పాట్' మంచి థ్రిల్లర్ మూవీ. రాకేష్ కథ చెప్పినప్పుడు గమ్మత్తుగా అనిపించింది. ఈ మూవీ స్క్రీన్‌ప్లే చాలా డిఫరెంట్‌గా ఉంటుంది. ఈ సినిమా నాకు వైవిధ్యమైన అనుభూతి ఇచ్చింది. కథను నమ్మి ఒక్కొక్క సినిమా చేసుకుంటూ ముందుకు వస్తున్నాను. ఎప్పటిలాగే 'బ్లైండ్ స్పాట్'కి కూడా ప్రేక్షకుల ప్రోత్సాహం ఉండాలని కోరుకుంటున్నాను'' అన్నారు నవీన్ చంద్ర. రాకేష్ వర్మ దర్శకత్వంలో నవీన్ చంద్ర, రాశీ సింగ్ జోడీగా నటించిన చిత్రం 'బ్లైండ్ స్పాట్'. మ్యాంగో మాస్ మీడియా బ్యానర్‌పై రామకృష్ణ వీరపనేని నిర్మించారు. శుక్రవారం నిర్వహించిన ఈ చిత్రం ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్‌లో **నవీన్ చంద్ర మాట్లాడుతూ–** ''మా సినిమా పోస్టర్లో ఒక క్లూ ఉంది. అది కనిపెట్టి నాకు మెసేజ్ చేస్తే వాళ్లతో కలిసి నేను ఈ చిత్రం చూస్తాను'' అన్నారు. **రాశీ సింగ్ మాట్లాడుతూ–** ''ఈ సినిమా అంతా నా పాత్ర ఏడుస్తూనే ఉంటుంది. సినిమా బాగా వచ్చింది'' అని చెప్పారు. **రాకేష్ వర్మ మాట్లాడుతూ–** ''మా సినిమా కథ మొత్తం ఒక రాత్రిలో జరుగుతుంది. నవీన్ చంద్ర తన పాత్రలో చాలా లీనమై నటించారు. రాశీ సింగ్ గ్లిజరిన్ లేకుండా కన్నీళ్లు తెచ్చుకునేంత మంచి నటి'' అన్నారు.



● తమ్మిరాజు, సునీల్ బలుసు, కల్యాణ్‌రామ్, శ్రీకాంత్, అశోక్ వర్ధన్, ప్రదీప్ చిలుకూరి

మా అబ్బాయి మాటలతో షాక్ అయ్యా

- కల్యాణ్ రామ్

''**అర్జున్ సన్నాఫ్ వైజయంతి**' సినిమాని ఆదరిస్తున్న ప్రేక్షకులకు, మా నందమూరి అభిమానులకు ధన్యవాదాలు. మా చిత్రానికి ప్రేక్షకుల నుంచి వచ్చిన స్పందన చూస్తుంటే చాలా ఆనందంగా ఉంది'' అని హీరో కల్యాణ్ రామ్ చెప్పారు. ప్రదీప్ చిలుకూరి దర్శకత్వంలో కల్యాణ్ రామ్, సయీ మంజ్రేకర్ జంటగా విజయశాంతి, శ్రీకాంత్ కీలక పాత్రల్లో నటించిన చిత్రం 'అర్జున్ సన్నాఫ్ వైజయంతి'. ముప్పా వెంకయ్య చౌదరి సమర్పణలో అశోక క్రియేషన్స్, ఎన్టీఆర్ ఆర్ట్స్‌పై అశోక్ వర్ధన్ ముప్పా, సునీల్ బలుసు నిర్మించిన ఈ చిత్రం శుక్రవారం విడుదలైంది. అదే రోజు సాయంత్రం నిర్వహించిన సక్సెస్ ప్రెస్‌మీట్‌లో **కల్యాణ్ రామ్ మాట్లాడుతూ–**''మా అబ్బాయి ఈ సినిమా చూసి, 'ఇలాంటి సీక్వెన్స్ ఇండియన్ స్క్రీన్ మీద చూడలేదు... చాలా గర్వంగా ఉంది నాన్న' అని చెప్పాడు. ఆ రియాక్షన్‌కి నేను షాక్‌కి గురయ్యాను''అన్నారు. **నటుడు శ్రీకాంత్ మాట్లాడుతూ–**''ఈ సినిమా సూపర్ హిట్ అవుతుందనే నమ్మకంతోనే మొదలుపెట్టాం. మా నమ్మకం నిజమైంది'' అని చెప్పారు. **ప్రదీప్ చిలుకూరి మాట్లాడుతూ–** ''ఈ మూవీకి ఆడియన్స్ నుంచి వస్తున్న రియాక్షన్ చూస్తుంటే గూజ్ బంప్స్ వస్తున్నాయి'' అన్నారు. **సునీల్ బలుసు మాట్లాడుతూ–** ''చాలా కాలం తర్వాత థియేటర్స్ అన్నీ మళ్లీ మా సినిమాతో ఫుల్ అవుతున్నాయి అని డిస్ట్రిబ్యూటర్స్ నుంచి కాల్స్ రావడం చాలా ఆనందంగా ఉంది. సాయంత్రం నుంచే అన్ని చోట్ల షోలు యాడ్ అవుతున్నాయి'' అని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో అశోక్ వర్ధన్ ముప్పా, ఎడిటర్ తమ్మిరాజు పాల్గొన్నారు.

మేలో శుభం

హీరోయిన్ సమంత నిర్మించిన తొలి చిత్రం 'శుభం' విడుదల తేదీ ఖరారైంది. మే 9న ఈ సినిమాని విడుదల చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు మేకర్స్. హర్షిత్ రెడ్డి, సి. మళ్లిరెడ్డి, శ్రియ కొంతం, చరణ్ పెరి, షాలిని కొండేపూడి, గవిరెడ్డి శ్రీనివాస్, శ్రావణి నటించారు. ప్రవీణ్ కంద్రేగుల దర్శకత్వంలో ట్రాలాలా మూవింగ్ పిక్చర్స్ బ్యానర్‌పై సమంత నిర్మించారు. ఈ మూవీని మే 9న రిలీజ్ చేయనున్నట్లు ప్రకటించి, కొత్త పోస్టర్ రిలీజ్ చేశారు. ''వినోదాన్ని అందించే చిత్రాలను రూపొందించడమే నా లక్ష్యం. 'శుభం' ఆ కోవలోకి వస్తుంది. ఈ చిత్రం కోసం నా టీమ్ చాలా కష్టపడింది. ఈ కథను అందరితో పంచుకోవడానికి మేం సంతోషిస్తున్నాం''అన్నారు సమంత.



● 'శుభం' సినిమా పోస్టర్

ఓటీటీ

ఇది చూడొచ్చు

చరిత్రలో చెరిగిపోని వీరుడు చావా

ఓటీటీలో ఇది చూడొచ్చు అనే ప్రాజెక్ట్స్ చాలా ఉంటాయి. ప్రస్తుతం స్ట్రీమ్ అవుతున్న వాటిలో హిందీ చిత్రం చావా ఒకటి. ఈ చిత్రం గురించి తెలుసుకుందాం.

సినిమా అనేది మన జీవిత ప్రతిబింబం. మన జీవితంలో ఎన్నో రకాల భావావేశాలు, వాటికి కారణమైన కథనాలు ఎన్ని ఉంటాయో వాటన్నిటినీ మళ్లీ నాటకీయంగా రూపకల్పన చేసి, నటీనటులను అవే కథనాలలో నటింపజేసి మన జీవితాన్ని మనకే అద్దంలో చూపించే మహా ప్రయత్నమే సినిమా. చిన్నప్పుడు బామ్మ ఒళ్లో చందమామను చూస్తూ చెప్పే కథలు చక్కగా ఎందుకు వింటామో తెలుసా... ఎక్కువగా చరిత్రలోని కథనాలే ఆవిడ మనకి చెప్పారు కాబట్టి. మన చరిత్రలో మన పూర్వీకుల వీరత్వం ఉంది. ఆ వీరత్వం మాటున బోలెడంత పోరాటం ఉంది. ఆ పోరాటం వెనక దాగి ఉన్న పట్టుదలతో కూడిన త్యాగం ఉంది. ఆ త్యాగంలో కనబడని బాధ, కనిపించే ఆనందంలాంటివి ఎన్నో ఉన్నాయి. అటువంటి పోరాటాలను అడపా దడపా నేటి దర్శకులు సినిమాల రూపంలో మన ముందుకు తీసుకువస్తున్నారు. ఆ కోవకు చెందినదే 'చావా' చిత్రం. ఛత్రపతి శివాజీ పేరు చాలా మందికి తెలుసు. కానీ శివాజీ మహారాజ్ కొడుకు శంభాజీ గురించి అందరికీ తెలియజేసేలా ఈ సినిమా ఉంటుంది. సినిమా ఆరంభంలోనే నాటి మొఘలు సామ్రాజ్యానికి చెందిన ఔరంగజేబుకు ఓ వార్త అందుతుంది. భారతదేశం మూలమూలలా కబళించిన మొఘలులు మరాఠాల ప్రాంతంలో మాత్రం అడుగు కూడా పెట్టలేకపోతారు. దానికి కారణం ఛత్రపతి శివాజీ. ఆయన ఇక లేరన్న వార్త ఔరంగజేబుకు అమృతంలా అందుతుంది. వార్త విన్న ఆనందం ఆస్వాదించేలోపే శివాజీ కొడుకు శంభాలా గురించి కూడా ఔరంగజేబుకు తెలుస్తుంది. దాంతో ఔరంగజేబు తన కిరీటాన్ని తీసేసి, శంభాలాను చంపిన తర్వాతే తాను మళ్లీ కిరీటాన్ని పెట్టుకుంటానని ప్రతిన బూనుతాడు. ఆ తర్వాత శంభాలాని ఔరంగజేబు కుట్రతో ఎంత దారుణంగా చంపుతాడనేదే ఈ సినిమా. లక్ష్మణ్ ఉతేకర్ ఈ సినిమాకి దర్శకుడు. ప్రముఖ వర్ధమాన నటుడు విక్కీ కౌశల్ శంభాలా పాత్రలో ఒదిగిపోయారు. ఏసుబాయి పాత్రలో రష్మికా మందన్నా కూడా అద్భుతంగా ఒదిగిపోయారు. అలాగే ఔరంగజేబు పాత్రలో అక్షయ్ ఖన్నా జీవించారు. ఇక సినిమా పరంగా ప్రతి క్షణం ప్రేక్షకుడిని ఉద్వేగపరుస్తూ చివర్లో కన్నీటితో సాగనంపుతారు దర్శకుడు. అయితే ఇది కథాపరంగా మాత్రమే సుమా. గడిచిన పదేళ్లలో 'బాహుబలి'తో ప్రపంచ ఖ్యాతిని మూటగట్టుకున్న మన టాలీవుడ్ గురించే ప్రేక్షకులు మాట్లాడుకుంటున్న ఈ తరుణంలో 'చావా' సినిమా మాత్రం దాదాపుగా అడుగంటిన బాలీవుడ్ ఖ్యాతిని ఒక్కసారిగా ఉలిక్కిపడుతూ లేపిందనే చెప్పాలి. ఈ సినిమా విడుదలకు ముందు తర్వాత కూడా ఎన్నో సంచలనాలకు దారి తీసిందన్న విషయం మనకు తెలుసు. 'నెట్‌ఫ్లిక్స్'లో స్ట్రీమ్ అవుతున్న ఈ 'చావా' ప్రతి భారతీయుడు చూడాల్సిన సినిమా, కాదు కాదు చూసి తెలుసుకోవాల్సిన చరిత్ర. తప్పనిసరిగా చూడాల్సిన చిత్రం.



– హరికృష్ణ ఇంటూరు